

# Hållbar konsumtion av sjömat

## Hur nå dit?

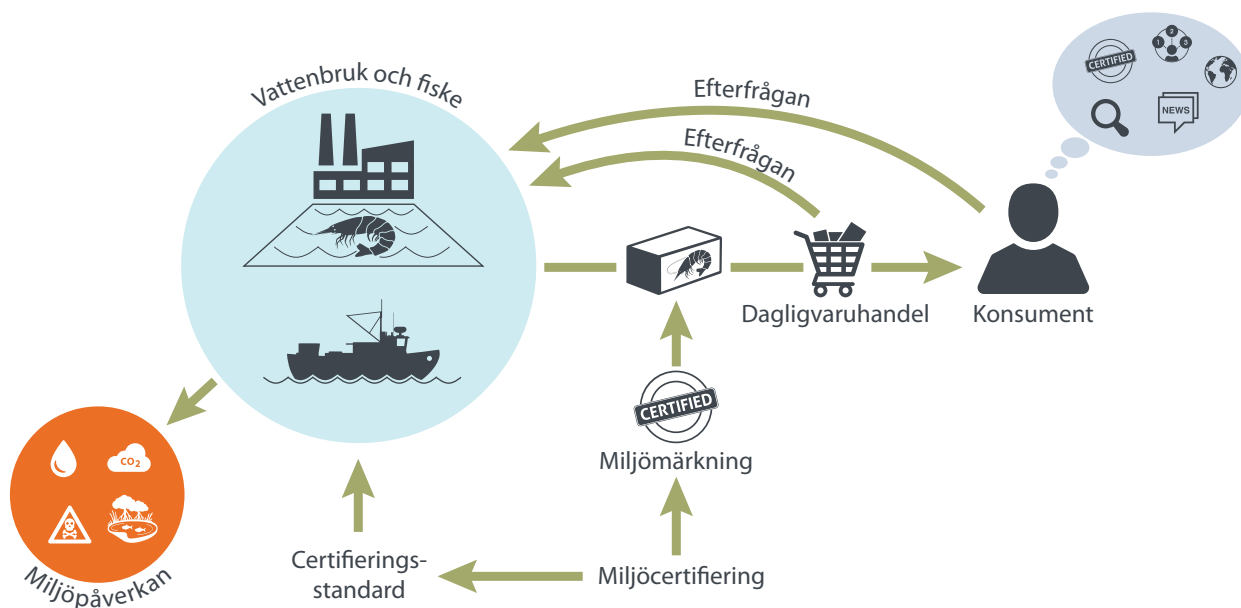
Att göra medvetna val i butik och restaurang när det gäller sjömat är inte alltid lätt. Mediasänder ut motstridiga budskap när det gäller både hållbarhet och hälsa, som att fisken är ”överfiskad” respektive ”klimatsmart”, ”nyttig” respektive ”innehåller miljögifter”. Vidare finns det idag flera miljömärkningar och konsumentguider för sjömat att hålla reda på. Aktörer i livsmedelskedjan såsom dagligvaruhandel, importörer och restauranger som kan hjälpa konsumenter att välja rätt har därför en viktig roll att spela i skiftet till en mer hållbar sjömatskonsumtion i Sverige. Idag är olika miljömärkningar samt Världsnaturfondens (WWFs) Fiskguide de mest använda verktygen. De är dock sällan heltäckande och kan i vissa fall även gå stick i stäv med myndigheternas ambitioner och rekommendationer samt inte alltid vara effektiva när det gäller att minska negativ miljöpåverkan. Ett exempel är risk för exkludering av småskaliga odlare och fiskare som kan ha svårt att betala för certifiering eller saknar detaljerad information om till exempel ett fiskebestånds storlek – kunskap som i sin tur behövs för att avgöra miljöpåverkan. Det är därför viktigt att fler verktyg används för att stimulera mer hållbara val, till exempel så kallad nudging och begränsat utbud (där de sämre alternativen ur ett miljöperspektiv plockas bort från butikshyllorna).

### BAKGRUND

Certifiering och efterföljande miljömärkning är idag ett centralt verktyg riktat till konsumenter och andra aktörer såsom livsmedelsföretag, dagligvaruhandel, restaurang och offentlig sektor för att underlätta för mer hållbara val (Figur 1). De vanligaste miljömärkningarna för sjömat på svenska marknaden är Marine Stewardship Council (MSC) för sjömat från fiske, Aquaculture Stewardship Council (ASC) för odlad sjömat samt den svenska

märkningen för ekologisk produktion, KRAV, för sjömat från både odling och fiske (Figur 2).

Reglerna för certifiering av sjömat från fiske innebär att fisken ska komma från bärkraftiga bestånd, att påverkan på ekosystemen i hav och sjöar minimeras samt att det ska finnas en god förvaltning av fisken (Figur 3). För odlad sjömat innebär miljömärkningen att påverkan på ekosystemen ska minimeras, samt en strävan efter bättre djurhälsa. Det sistnämnda kan exempelvis



**Figur 1.** Certifiering och miljömärkning kan, genom ökad efterfrågan hos konsument och andra marknadsaktörer, skapa incitament hos sjömatproducenter (fiskare och odlare) att söka certifiering och (i bästa fall) minska negativ miljöpåverkan från fiske och vattenbruk (odling av sjömat). Konsumenternas efterfrågan styrs av bland annat av budskap från media, kunskap, attityder och grad av oro för miljöpåverkan från fiske och vattenbruk.

innebära regler kring hantering av parasiter som laxlus och mindre användning av antibiotika. Matsäkerhet, det vill säga om produkten är säker för människor att äta, eller klimatpåverkan ingår i allmänhet inte. Svenska KRAV är dock ett undantag då regler finns kring både minskad klimatpåverkan och förekomst av skadliga ämnen för människor. Inom ASC finns en strävan efter att allt foder för odlad sjömat ska vara hållbart. Men det är i dagsläget enbart en strävan eftersom det finns en begränsning i hur mycket miljöcertifierat foder (som MSC-märkt fiskmjöl och olja) som finns att tillgå.

Spårbarheten är dessutom dålig när det gäller ingredienser från både land (exempelvis soja) och hav.

Miljömärkningarna kan även inkludera social hållbarhet i form av rättvis ersättning för arbete. MCS har självdeklaration rörande social hållbarhet som gäller för alla fisken. Dessutom finns för vissa företag i högriskländer nu också krav på en social spårbarhetscertifiering för att kunna bli MSC-certifierade. För vattenbruk (ASC och KRAV) finns regler som rör rättvis ersättning för arbete, men reglerna är bristfälliga när det gäller potentiell negativ påverkan på det omgivande samhället.



**Figur 2.** De vanligast förekommande miljömärkningarna för sjömat på den svenska marknaden: Marine Stewardship Council (MSC) för vildfångad sjömat, Aquaculture Stewardship Council (ASC) för odlad sjömat och KRAV, den svenska märkningen för ekologisk produktion.

I Sverige är omkring 28% av all den sjömat som har streckkod på förpackningarna miljömärkt av MSC eller ASC. Merparten av den frysta vitfisken (som torsk, Alaska pollock) är MSC-märkt, men endast en mindre del av den frysta odlade laxen är ASC-märkt. Kostnaden för att bli certifierad liksom brist på data och administrativ kapacitet utgör barriärer för många småskaliga fiskare och odlare. Detta innebär att sjömat kan vara hållbar även utan en hållbarhetscertifiering.

Parallellt med certifiering och miljömärkning finns konsumentguider att tillgå. Till skillnad från certifiering är det inte frivilligt att finnas med i en guide, utan både bättre och sämre alternativ listas utifrån en organisations kriterier. I Sverige är intresseorganisationen Världsnaturfondens (WWF) Fiskguide den som främst används som vägledning för konsumenter och andra aktörer som exempelvis dagligvaruhandeln. Listan täcker in många betydande miljödimensioner, men klimatpåverkan saknas liksom förekomst av miljögifter. WWF:s Fiskguide kategoriserar automatiskt all sjömat certifierad av MSC, ASC eller KRAV som de bästa valen ('ät gärna'). Detta visar den tydliga koppling som finns mellan certifiering och konsumentguider. WWF har också varit involverade i att ta fram reglerna för både MSC och ASC.

Gemensamt för alla konsumentguider och märkningar är att de representerar förenklingar av en komplex verklighet. Detta innebär att avvägningar gjorts mellan att signalera ett lättbegripligt budskap och nödvändig komplexitet i både bedömning och information till konsument.

### **HUR EFFEKTIVA ÄR DE VANLIGASTE VERKTYGEN FÖR HÅLLBARA VAL AV SJÖMAT?**

Effektiviteten av certifiering när det gäller att förändra svenska konsumenters val är inte helt enkel att utvärdera. En relativt stor andel av den sjömat som säljs i Sverige redan är miljömärkt – någon har alltså redan valt åt konsumenten. Ur ett internationellt perspektiv har dock forskning visat att kunskapen kring miljömärkningar för sjömat är relativt begränsad. En nyligen publicerad undersökning från MSC visade att miljömässig hållbarhet kom på femte plats vid val av sjömat hos svenska konsumenter och förekomst av

miljömarke först på plats sjutton. Aspekter som smak, livsmedelssäkerhet och hälsa var viktigast. Resultaten kan också bero på ett relativt ointresse för, eller en okunskap om, miljömärkt sjömat hos många svenska konsumenter.

En annan komplicerande faktor för att utvärdera effektiviteten är att det idag finns få forskningsstudier som använt sig av metoder som på ett korrekt sätt kan fånga upp kausala effekter av certifiering, d.v.s. jämfört certifierade och icke-certifierade odlingar/fisken på ett systematiskt sätt. Det finns dock indikationer på positiva effekter av certifiering, samt att certifierade fisken/odlingar i allmänhet har mindre miljöpåverkan än icke-certifierade. Samtidigt visar en del studier att kraven som ställs är för bristfälliga för att ge upphov till verklig förändring, och att skillnaderna mellan certifierade och icke-certifierade odlingar och fisken beror på skillnader som redan fanns innan certifiering. Detta relaterar till rådande regelverk i ett givet land. För exempelvis odlad lax, som dominerar svensk sjömatkonsumtion, är skillnaderna mellan ASC-certifiering och nationell reglering stora i Chile men marginella i Norge. Certifiering spelar alltså mindre roll för norsk lax än chilensk. För att certifiering ska leda till kontinuerliga förbättringar krävs dock att ribban för vad som är hållbart höjs allteftersom; alla reviderar också regelbundet sina regler. Hållbarhetsdimensionerna som i nuläget täcks in (Figur 3) kan därför ses om en ögonblicksbild.

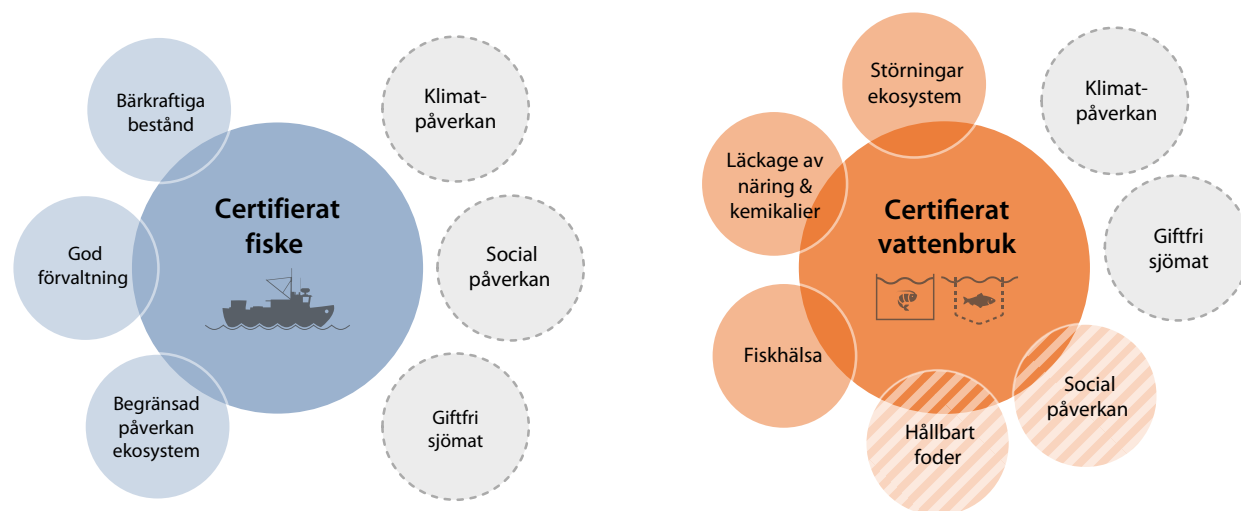
Det finns även en begränsning i certifiering som verktyg då det endast kan hjälpa konsumenter (och andra aktörer) att välja ett bra alternativ i en given produktkategori (som lax eller räkor). Samtidigt kan miljöpåverkan från andra arter – eller till och med inom samma produktkategori – vara betydligt mindre (certifierade eller ej). En miljömärkt portion lax har exempelvis större miljöpåverkan än en icke-miljömärkt portion odlade blåmusslor.

## ANDRA VERKTYG FÖR HÅLLBAR KONSUMTION AV MAT














Nudging, ett engelskt ord, handlar om att i beslutssituationer knuffa personer mot vissa specifika beslut som ligger i deras eget intresse eller i samhällets intresse. Det kan exempelvis handla om att handel och restauranger uppmuntrar ett visst hållbart beteende som inköp genom att föra fram en del alternativ över andra – samtidigt som konsumenten har möjlighet att fortsätta välja fritt. Detta är ett verktyg som skulle kunna användas mer av dagligvaruhandeln och restauranger för sjömat (Figur 4). Fördelen med nudging är att det är ett relativt sett billigt verktyg som sällan upplevs som störande eller provocerande. Effektiviteten när det gäller att ändra konsumentbeteende är dock sannolikt relativt låg för sjömat då nudging sker parallellt med konventionell marknadsföring av andra produkter, exempelvis rött kött. Detta ställer även stora krav på produkt- och produktionskunskap hos den som planerar exponeringen av varorna. Utbildning av

marknadsaktörer i värdekedjans mitt skulle därför kunna öka förutsättningarna för effektiv implementering av nudging.

Begränsat utbud är en annan metod som innebär att de produkter som är sämst från ett miljöperspektiv plockas bort från butikshyllorna eller restaurangmenyerna. Detta tillämpas redan idag då många aktörer enbart köper in miljöcertifierad sjömat eller väljer att inte sälja sjömat som fått rött ljus av WWF. Ett annat exempel är när många av de stora dagligvarukedjorna under en period bojkottade jätteräkor. Begränsat utbud är troligtvis en effektiv metod för att ändra konsumtionsmönster. Synkroniserade insatser från många aktörer kan vara ett sätt att komma runt den eventuella problematiken kring att konsumenter som inte längre hittar sina produkter går till en annan butik/restaurang.



**Figur 3.** Översikt av miljömässiga- och sociala dimensioner som täcks in i de vanligaste miljöcertifieringarna av sjömat (färgade cirklar) och exempel på vad som inte täcks in (grå cirklar). KRAV-märkt sjömat, en mycket liten volym idag, är ett undantag och ingår inte i figuren. Cirklarna som är streckade indikerar att standarden täcker in dimensionen i viss utsträckning.

	 Konsument	 Dagligvaruhandel	 Restaurang
Miljömärkning			
WWFs fisklista			
Nudging			
Begränsat utbud			

**Figur 4.** Översikt av olika verktyg som konsument, dagligvaruhandel och restaurang kan använda sig av för att stimulera övergång mot mer hållbar sjömat. Miljömärkning och konsumentguider kan användas av konsumenter liksom dagligvaruhandel och restaurang. Handeln och restauranger kan också använda sig av nudging samt begränsat utbud där valmöjligheterna begränsas.

### VAD BEHÖVER GÖRAS?

Engagemang från stora aktörer i värdekedjan som påverkar konsumenternas köpmiljö är av stor vikt då konsumenterna har en relativt begränsad kunskap och intresse för miljömärkt sjömat. Tidigare nämnda konsumentundersökning från MSC visade att just dagligvaruhandeln (tillsammans med media) fick lägst betyg av en rad andra aktörer (som stora företag och fiskeindustrin) när det gäller frågan "Hur väl tycker du följande institutioner bidrar till att skydda havet?". Hur kan då dessa aktörers arbete utvecklas?

- 1. Utveckla användandet av miljöcertifiering och konsumentguider.** Även om dessa används redan idag så finns det utvecklingsbehov, som inkludering av fler miljöaspekter som klimat. Det är också viktigt att sprida mer kunskap om märkningarna.
- 2. Undersök användandet av nudging.** Det är ett relativt billigt och okontroversiellt som med fördel kan användas och utvecklas mer för sjömat. Det är dock viktigt med ett helhetsperspektiv så att inte sjömat riskerar att väljas bort till förmån för exempelvis rött kött.
- 3. Använd begränsat utbud** i större utsträckning än idag för att styra matsystemet i sin helhet, inklusive sjömatsektorn, mot hållbarhet.

## SEAWIN REKOMMENDERAR

### Dagligvaruhandel och restauranger:

- Använd fler verktyg för att underlätta för hållbara val. Fortsätt använda miljömärkning men komplettera med andra verktyg såsom nudging och begränsat utbud för att hjälpa konsumenter att välja mer hållbart.
- Tydliggör var fisken kommer ifrån och hur den fiskats/odlats även för produkter som inte omfattas av lagliga krav för denna information jämt mot konsument på restauranger och i butik.

### Myndigheter och offentlig sektor:

- Stimulera konsumtion av mer hållbara sjömatprodukter i offentliga måltider genom att fortsätta köpa in miljömärkta

alternativ samt hållbara men underutnyttjade produkter under utveckling som alger, viss insjöfisk och sill.

- Använd Upphandlingsmyndighetens vägledning för upphandling av fisk och skaldjur.
- Ge ut en konsumentvägledning med en tolkning av miljömärkningar för sjömat, gärna tillsammans med myndigheternas hälsoråd för riskgrupper.

### Konsumenter:

- Köp gärna sjömat som är miljömärkt eller märkts som "ät gärna" i WWFs Fiskguide.

### INTRESSERAD AV ATT LÄSA MER?

**Globescan**, konsumentundersökning på uppdrag av MSC kring sjömat (<https://www.msc.org/understanding-seafood-consumers>); **Lindahl, T. & Jonell, M.** (2020) Metoder för att ändra kostvanor. Konsumentverket, Underlagsrapport 2020:4 (<https://publikationer.konsumentverket.se/underlagsrapport-20204-metoder-for-att-andra-kostvanor>); **Upphandlingsmyndighetens vägledning kring fisk- och skaldjur** (<https://www.upphandlingsmyndigheten.se/kriterier/livsmedel-och-maltidstjanster/fisk-och-skaldjur/>)

### FÖRFATTARE

Malin Jonell, Therese Lindahl, Kristina Bergman, Patrik Henriksson, Sara Hornborg, Max Troell, Friederike Ziegler



Detta policy brief är sammanställt av det Formas-finansierade projektet Seawin med stöd från Havs- och fiskerifonden. För mer information som relaterar till svensk produktion och konsumtion av sjömat se Landsbygdsnätverkets hemsida.

[landsbygdsnatverket.se](https://landsbygdsnatverket.se) | [seawin.earth](https://seawin.earth)